



# COVID-19 | SOLO DATOS REALES

## ¿Que es la enfermedad del coronavirus?

COVID-19 es una enfermedad respiratoria que puede diseminarse de persona a persona. El virus que causa COVID-19 es un nuevo tipo de coronavirus que fue identificado por primera vez durante la investigación de un brote en Wuhan, China. Esta es una cepa nueva que no se había visto en humanos. COVID-19 es el nombre formal.

## ¿Como se disemina?

- A través de gotitas de saliva al toser o estornudar.
- Al tocar objetos o superficies contaminadas con el virus, y luego tocarse la boca, nariz, u ojos.

## ¿Cuales son los síntomas?

Las molestias pueden ser leves y en algunos casos suficientemente graves que requerirán hospitalización. Los síntomas de esta enfermedad pueden incluir fiebre, tos, dificultad para respirar y algunas veces diarrea. Las complicaciones graves pueden incluir neumonía y a veces la muerte. Para información sobre otros síntomas vaya aquí: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/symptoms.html>.

## ¿Quien está en mayor riesgo de adquirir COVID-19?

Las personas que han estado en contacto cercano con personas que se sabe tienen COVID-19 o que viven o han estado recientemente en áreas con propagación activa. Las personas en mayor riesgo de tener síntomas graves, o incluso morir son: Los adultos mayores (mayores de 60 años), y personas que tienen afecciones médicas crónicas como enfermedad cardíaca, diabetes y enfermedad pulmonar.

## ¿Qué puedo hacer para protegerme COVID-19?

- Lávese con frecuencia las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos, y si no fuese posible, use desinfectante para manos. Evite tocarse la boca, nariz y ojos si sus manos no están lavadas.
- Si está en público, limite el contacto cercano y dar la mano. Manténgase alejado de personas enfermas.
- Evite lugares con mucha gente, viajes en crucero y aéreos no esenciales.
- Manténgase en casa si esta enfermo, cúbrase al toser o estornudar con un pañuelo desechable y en seguida deséchelo.
- Durante un brote de COVID-19 en su comunidad, permanezca en casa tanto como sea posible para reducir aún más su riesgo.
- Abastézcase en forma moderada de suministros esenciales, incluyendo medicamentos.

## ¿Como se relaciona el Coronavirus al consumo de tabaco y cigarrillos electrónicos?

Debido a que la exposición a los productos de tabaco perjudica la capacidad del cuerpo para combatir infecciones, las personas deben dejar de fumar, vapear y evitar la exposición al humo de segunda mano tanto como sea posible.

## ¿Que debo hacer si pienso que tengo COVID-19?

Vaya al médico si usted • Desarrolla síntomas Y • Ha estado muy de cerca a una persona que se sabe tiene COVID-19 o si vive o ha estado recientemente en un área con propagación activa de COVID-19.

## ¿Que tan serio es el COVID-19?

La propagación del COVID-19 es muy seria y a algunas personas puede causarles la muerte. Para disminuir el riesgo de contraer COVID-19 es necesario practicar las medidas preventivas recomendadas. Hay mucha información que circula acerca de COVID-19, pero no toda es verdadera. Para evitar confusión y obtener información real y actualizada, visite los enlaces de CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index-sp.html> y el Departamento de Salud de Arkansas: <https://www.healthy.arkansas.gov>

- ⇒ Para obtener información actualizada sobre los casos en Arkansas vaya a [www.healthy.arkansas.gov/programs-services/topics/novel-coronavirus](https://www.healthy.arkansas.gov/programs-services/topics/novel-coronavirus)
- ⇒ El Departamento de Salud de Arkansas ha activado un centro de llamadas para responder a preguntas sobre el Covid-19. El número es **1-800-803-7847**. Después del horario regular de trabajo, si tienen llamadas urgentes que requieren una respuesta inmediata, favor de llamar al 501-661-2136.

# HE OIDO QUE...

## Conozca la realidad sobre la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) y ayude a detener la diseminación de rumores.



### ¿Es el COVID-19 más común en cierta raza o ciertos grupos étnicos?

Las enfermedades respiratorias pueden enfermar a cualquier persona sin importar su raza o etnicidad. Las personas de descendencia Asiática, incluyendo los Chinos Americanos, no tienen más probabilidad de adquirir COVID-19 que cualquier otra persona en los Estados Unidos. Ayude a parar el miedo haciendo saber a las personas que el ser de descendencia Asiática no incrementa la posibilidad de obtener o contagiar el COVID-19.

**X  
NO**

### ¿El rociado de alcohol o cloro sobre todo el cuerpo mata el COVID-19?

El rociado de alcohol o cloro sobre todo su cuerpo no matará los virus que han entrado ya en el cuerpo. El rociado de tales sustancias puede dañar la ropa o las membranas mucosas (i.e. ojos, boca).

**X  
NO**

### ¿El virus fue hecho en un laboratorio?

Ninguna evidencia sugiere que el virus fue hecho por el hombre. Ocasionalmente, el brote de una enfermedad sucede cuando un virus común en un animal como el cerdo, murciélago, o pájaro, sufre un cambio y pasa a los humanos. Es probable que así haya surgido el nuevo coronavirus.

**X  
NO**

### ¿Una máscara facial me puede proteger de contraer COVID-19?

No es necesario usar una mascarar facial si no está enfermo. Las máscaras faciales de protección son recomendadas para las personas que tienen infecciones respiratorias para evitar que las gotas de saliva se propaguen al toser o estornudar. Ciertos modelos de respiradores ajustados profesionales (tal como el N95) pueden proteger a los trabajadores de salud cuando cuidan a pacientes infectados.

**X  
NO**

### ¿Hay una cura para el COVID-19?

No hay una cura para COVID-19. El tratamiento para la infección por el virus en este momento se enfoca en el manejo de los síntomas, el cual incluyen mucho descanso y toma de medicamentos para la fiebre. Los oficiales de salud han dicho que una vacuna para el COVID-19 podría obtenerse hasta en un año.

**X  
NO**

### ¿El COVID-19 es lo mismo que la influenza o gripe?

Aunque el coronavirus y la influenza causan síntomas similares, ellos vienen de diferentes familias de virus. Ambos el COVID-19 y la influenza común son infecciones virales. Ninguno de ellos es infección bacteriana, así que no pueden ser tratados con antibióticos.

**X  
NO**

### ¿La vacuna contra la influenza me previene de adquirir COVID-19?

No, la vacuna contra la influenza no le protege contra el virus que causa COVID-19. Contraer el flu le puede hacer más susceptible a otras enfermedades, incluyendo COVID-19, por lo que aún se recomienda vacunarse contra la influenza.

**X  
NO**

### ¿Las gárgaras de agua con sal o vinagre previenen la infección de COVID-19?

No existe evidencia de que las gárgaras de agua con sal hayan protegido contra la infección del COVID-19. Hay evidencia limitada de que los lavados nasales regulares de agua con sal ayuda para una recuperación más rápida de un resfriado común. Pero, el lavado nasal regular no ha mostrado ser de ayudar en la prevención de infecciones respiratorias. Para más información, visite este enlace: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

**X  
NO**

#### RECURSOS:

- ⇒ Todo estudiante en el área de Little Rock, sin importar donde esta registrado podrá obtener un almuerzo entre las 10:30 a.m. and 12:30 p.m. en la mayoría de las escuelas del distrito escolar de Little Rock. Vaya a [LittleRock.gov/covid19](http://LittleRock.gov/covid19) o [lrsd.org](http://lrsd.org) para encontrar la escuela más cercana que provea almuerzos.
- ⇒ Si es usted un estudiante de colegio o universidad y asiste a una escuela que ha sido cerrada debido al COVID-19 y necesita ayuda para vivienda temporal, contacte a la Metropolitan Housing Alliance al 501-340-4821.
- ⇒ Si necesita un doctor y no tiene seguro médico, o tiene preguntas, envíe un mensaje de texto a Latasha Moore de la Ventanilla de Salud del Consulado Mexicano al 501-251-4316 o llame lunes, miércoles o viernes entre 9:00 y 11:00AM. Si tiene síntomas de COVID-19 visite un centro o clínica de atención inmediata.
- ⇒ Para ayuda gratuita con la detección de COVID-19, (no importa su estado migratorio) visite: <https://uamshealth.com/healthnow/>.